Cuadernos *de budismo*

SEGUNDA ÉPOCA · N.º 76 · PRIMAVERA 2011 · 5'50 €

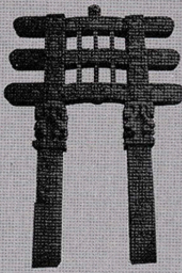
Recibir las bendiciones del guru
Lama Zopa

En el tantra el maestro es imprescindible
Lama Yeshe

Nostalgia.
Una entrevista con Rigdzin Shikpo
Klaus Eiden

Encontrar al maestro que necesitamos
Tenkei Coppens Roshi

Cerca del guru



PASAJE AL MANDALA DEL BUDA

Las Tres Joyas (IV): La toma de refugio

Ven. Aigo Seiga Castro
Maestro budista Zen fundador de la Tradición Budadharma Zen Soto

¿Qué significa "tomar refugio"?

Según su formulación budista original en pali, la expresión *saranam gacchami* se traduce literalmente como "dirigirse hacia el refugio", pues el sentido etimológico de *saranam* proviene del sánscrito védico *sarana*: "ocultarse", "refugio", "protección", "cobijo", "casa", y el de *gacchami* proviene del védico *gacchati*: "ir", "ponerse en movimiento", "dirigirse hacia". De ahí que una traducción interpretativa de *saranam gacchami* sea la de "dirección vital segura", pues consideran las tres Joyas como fines hacia los que el practicante se orienta impulsado por su determinación de liberarse del sufrimiento. Por otra parte, la traducción más habitual es la de "tomar refugio", que es la adoptada aquí. En cualquier caso, la idea central de *saranam gacchami* es clara: consiste en la vinculación a valores espirituales, éticos y sociales que por su naturaleza real y definitiva, protegen permanentemente del incierto sufrir de lo transitorio.

En este sentido, las enseñanzas de darma enfatizan que se establezca un discernimiento preciso entre objetos de refugio definitivos y dudosos. Los falsos refugios se caracterizan por su incongruencia doctrinal y su fragilidad existencial. Así, a los clásicos ejemplos de espíritus de la naturaleza señalados por los sutras como refugios inciertos, pueden añadirse toda clase de doctrinas pseudo-espirituales y mágicas, ideologías políticas, filosofías, modas, aficiones, adicciones, etc., en fin, todo aquello que pretende mostrarse como un "valor seguro" y fuente de felicidad permanente, pero que analizado en profundidad, evidencia su naturaleza inestable, ilusoria y caduca.

Sin duda, a lo largo de su dilatada historia, la dimensión mundana de las tres Joyas no ha sido ajena a circunstancias cambiantes, experimentando tiempos de apogeo, degradación y destrucción. Pero sus principios esenciales han permanecido inalterables y válidos desde que se formularon por primera vez en India hace casi tres milenios. Son precisamente dichos principios inalterables encarnados por las tres Joyas los que constituyen el refugio común para todos los discípulos del Buda.

¿En qué se toma refugio?

Si bien los tres capítulos anteriores han definido básicamente las tres Joyas en sus vertientes mundana y transmundana, aquí se analizarán dichos objetos de refugio según sus dimensiones externa, interna y la integración de ambas.

La dimensión externa entiende las tres Joyas como objetos autónomos respecto al practicante, es decir, como realidades que trascienden cualquier elaboración conceptual o imaginaria concebida por la mente ordinaria. Desde esta perspectiva, las tres Joyas se denominan justamente como "inconcebibles" (*achintya*). Sobre este punto y según las enseñanzas Sarvastivada, al tomar refugio en las tres Joyas, no se hace en un solo Buda, un darma

particular o una sola sanga, sino que se toma refugio en todos los budas, en lo incondicionado y en todas las sangas, tanto pasadas, presentes y futuras, pues "los senderos de las tres Joyas son idénticos". Aunque aparentemente se tome refugio en tres Joyas específicas, esto no invalida el hecho de que también se toma refugio simultáneamente en sus modalidades infinitas. Por ejemplo, aunque se tome refugio en el Buda histórico Sakiamuni, un practicante teravada también tomará refugio en budas históricos anteriores, mientras que uno mahayana lo hará en budas trascendentes detentadores de Tierras Puras. Dicha naturaleza transmundana y libertad espacio-temporal de las tres Joyas las permite desligarse de la habitual tendencia egótica a considerarlas como "cosas" para poseer y manipular.

Simultáneamente, las tres Joyas también revelan otra dimensión interna, que toca la realidad subjetiva del practicante. Se trata de las realizaciones (*abhisamaya*) del darma, parciales o completas, integradas en el continuo corporal-mental del practicante, no sólo durante esta vida presente, sino también las acumuladas en vidas anteriores. Dichas realizaciones son el resultado del cultivo de cuatro cualidades clave, que posibilitan la transformación del practicante ordinario en las tres Joyas últimas: su cuerpo como "noble sanga", su palabra como "darma último" y su mente como "naturaleza de buda". Consisten en la obtención de *sila* o *samvara*, de preceptos éticos y virtudes altruístas para beneficio propio y de todos los seres vivos; obtención de *dharanis*, entendida como la facultad para memorizar, comprender y exponer el darma sin limitaciones; obtención de *samadhis*, como la capacidad para entrar en profundos estados de concentración contemplativa y trascender los condicionamientos ordinarios; y la obtención de *prajñas* o *jñanas*, esto es, de sabidurías o conocimientos sutiles, precisos y definitivos de la realidad última en todos sus aspectos. Dichas obtenciones son las que permiten comprobar al practicante que las tres Joyas, no sólo están en su "interior", sino que en realidad son la misma sustancia de su cuerpo-mente.

Por último, las dimensiones externa e interna de las tres Joyas convergen en la figura del maestro de darma. Si bien el teravada considera la función del maestro como un "indicador del sendero que uno ha de recorrer por sí mismo", limitando su ayuda a la de consejero espiritual, el mahayana desarrollado, asumiendo dicho enfoque, fue más allá. Así, el vajrayana entiende la figura del maestro (*guru*) como el cuarto objeto de refugio, o mejor, como el refugio principal, pues su cuerpo se identifica con la sanga, su lenguaje con el darma y su mente con el buda, siendo así la unión quintaesencial de las tres Joyas. Son precisamente las "transmisiones de poder" (*abhiseka*) y las "bendiciones" (*adhisthana*) emanadas de budas y bodisatvas y detentadas por los maestros vajrayana las que al ser recibidas por el practicante, le permiten obtener méritos y realizaciones. Del mismo modo, la tradición zen concibe al maestro (*zenji*) como la causa-condición indispensable para la realización del discípulo, pues por el "linaje vital de la transmisión" (*ketchimyaku*) detentado por los maestros zen fluye la "sabiduría-energía" de budas y ancestros y sin ella, la práctica del discípulo sería ineficaz y carecería de realizaciones. Así, además de las tres Joyas normativas, la tradición zen subraya la vinculación al linaje de budas y ancestros como "refugio extraordinario".

Todos los budas del pasado, del presente y del futuro muestran que el darma comienza con la obediencia y respeto a los padres, a los maestros, a las tres Joyas y ofreciendo ayuda a los necesitados" (Dôgen Zenji, *Shôbogenzô Shizen-biku*). Buda Dipamkara, símbolo de todos los budas del pasado, escultura en piedra (s. X d. C.), estupa de Swayambhu (Katmandú, Nepal) (foto del autor).

"Aprecia al Buda como aquel a quien venerar y servir; aprecia el darma como aquello que has de realizar; aprecia la sanga como aquellos con los que relacionarte porque tienen cualidades semejantes a las tuyas" (Jey Tsongkapa, *Lamrim Chenmo*). Monja guelugpa haciendo prosternaciones y tomando refugio en las tres Joyas, templo Mahabodhi (Bodhgaya, India) (foto del autor).

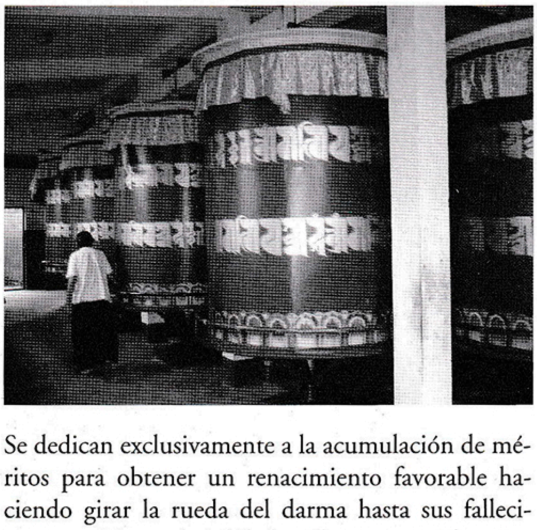
"Aquellos que hayan tomado refugio en las tres Joyas no caerán en destinos nefastos. Al abandonar sus cuerpos humanos, renacerán en los planos celestiales" (*Samyutta Nikâya* I.27). Dama celestial (*devi*) sosteniendo las tres Joyas, estuco (ss. III-V d. C.), Jalalabad-Hadda (Afganistán).

¿Por qué tomar refugio?

Con el acto de tomar refugio, se planta la semilla de la iluminación suprema en el continuo mental del practicante, poniéndole así en conexión con el poder de las tres Joyas en todas sus manifestaciones visibles e invisibles. Además, el mérito adquirido por el acto de tomar refugio en esta vida se conserva inalterado en vidas sucesivas; como afirmó Dôgen Zenji: "el mérito de tomar refugio en las tres Joyas no está sujeto a destrucción". Esto significa que el acto del refugio es de naturaleza potencialmente nirvánica, es decir, no sólo está exento de karma nocivo, sino que es un acto saludable que posibilita la trascendencia de lo condicionado. A diferencia de los preceptos monásticos (*pratimoksa*), cuyo mérito desaparece con la muerte del ordenado, el mérito de la toma de refugio permanece en el continuo mental de futuras existencias, y cuando se den las causas y condiciones apropiadas, terminará por dar su fruto. La toma de refugio dota al practicante con una nueva identidad: deja de ser una existencia anónima destinada a desaparecer en la incertidumbre de lo transitorio, para convertirse en miembro de la familia de las tres Joyas y destinado a convertirse en buda.

Al tomar refugio, las tres Joyas reconocen al nuevo practicante y le ofrecen todo su inmenso caudal de bendiciones y protección acumulado durante eones de realización del darma, y el contacto con dicho caudal propicia la disminución de karma nocivo y el aumento de karma saludable. Igualmente, tomar refugio en las tres Joyas constituye la base indispensable para recibir toda clase de preceptos y permite el acceso a enseñanzas más profundas de darma.

Ahora bien, a pesar de la importancia capital de tomar refugio, es necesario señalar que dicho acto por sí solo no es causa suficiente para liberarse del sufrimiento. Tomar refugio únicamente será eficaz si le acompañan una conducta virtuosa, el cultivo de la mente y el desarrollo de la sabiduría.



Se dedican exclusivamente a la acumulación de méritos para obtener un renacimiento favorable haciendo girar la rueda del darma hasta sus fallecimientos. Hogar de jubilados tibetanos en Pharping (Nepal) (foto del autor).

¿Cómo tomar refugio?

Refugio transmundano. También definido como "refugio definitivo", es el que se produce tras una experiencia, parcial o total, de la iluminación. Así, en numerosos casos referidos en los sutras tempranos del Buda, tras escuchar una enseñanza oral del Tathagata, ciertos discípulos "abrían el puro e inmaculado ojo del darma" y tomaban refugio así: "Tras haber alcanzado, experimentado y penetrado el darma, habiendo trascendido la duda y la incertidumbre, habiendo obtenido una perfecta confianza en el darma del maestro sin confiar en otros, dijo: '¡excelente!' Es como si alguien levantase lo caído, o señalase el sendero al extraviado, o iluminase un lugar oscuro, de modo que aquellos con visión pudiesen ver lo que hay allí… ¡Qué el venerado Gautama me acepte como seguidor laico que ha tomado refugio desde este día hasta el final de mi vida!".

En el refugio transmundano, la certeza de la iluminación parcial se combina con la confianza en las tres Joyas y convierte la toma de refugio en un acto irreversible que conducirá indefectiblemente a la realización última.

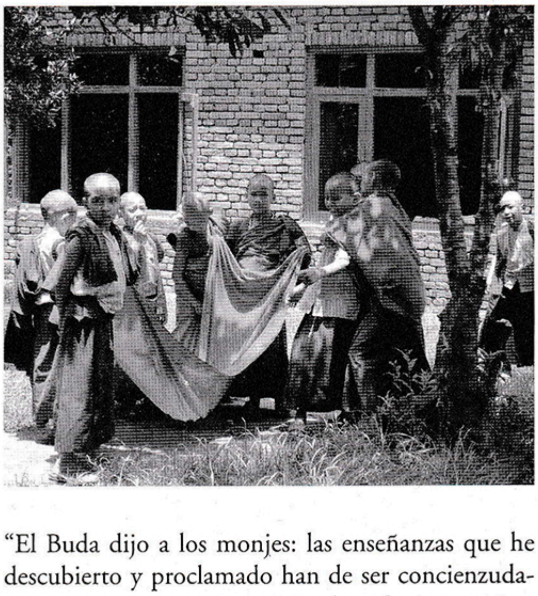
Refugio mundano. Es el que se produce en un contexto formal, por el que uno se vincula ritualmente a las tres Joyas mediante un acto verbal aceptado por un miembro cualificado de la sanga. Con dicho acto se materializa un vínculo vitalicio con las tres Joyas. Si bien se manifiesta mediante una acción vocal, los cinco agregados del practicante participan activamente en la toma de refugio y se benefician de ella de manera integrada. Normalmente, la toma de refugio se complementa con la recepción de preceptos éticos, variables según sea el grado de compromiso adquirido por el practicante. Los casos de toma de refugio sin preceptos son excepcionales, aunque suelen transmitirse a seres que, aún sin poder observar los preceptos (enfermos, animales, etc.), no obstante, se benefician del mérito intrínseco de tomar refugio.

El refugio mundano se vuelve significativo y eficaz si se realiza con dos factores: una confianza inquebrantable en las tres Joyas y una motivación correcta. La fe (*sraddha*) es la puerta de entrada al océano del darma, se trata de la convicción de que uno mismo es potencialmente un buda, de que las tres Joyas le protegerán y guiarán a uno siempre, suceda lo que suceda. Dicha seguridad sólo brota de la confianza incondicional en el poder liberador de las tres Joyas. La motivación correcta es la encargada de traducir el impulso de la fe en práctica eficaz y frutos de realización. Tradicionalmente, se distinguen tres tipos de motivación adecuada: tomar refugio para evitar renacer en destinos nefastos, para liberarse individualmente de lo condicionado y la motivación suprema: como acto compasivo para liberar a innumerables seres vivos. Las motivaciones basadas en intereses del "yo y lo mío" (fama, poder, beneficio material, etc.) quedan excluídas por principio de una vinculación saludable a las tres Joyas.

La práctica del refugio. El Darma del Buda no entiende la toma de refugio como un acto singular, sino como una práctica constante reproducida de modo vitalicio. Consiste en un acto dinámico que implica la purificación gradual de los tres karmas: cuerpo, mediante prosternaciones y ofrecimientos; palabra, mediante recitaciones de las fórmulas de refugio, y mente, con la meditación en las virtudes de las tres Joyas, visualización de los objetos de refugio y comprensión intuitiva de su significado último.

Refugio post mortem. Tomar refugio no se realiza únicamente en esta vida. Como ya se indicó, dado que su mérito proviene de vidas anteriores y permanece en vidas futuras, el Buda concibió la práctica del refugio incluso durante el pasaje por el estado intermedio (sánsc.: *antarabhava*; jap.: *chuu*; tib.: *bardo*). La idea es que el practicante impregne de tal modo su mente con las fórmulas de refugio, que consiga convertirlas en "signos" que propiciarán un renacimiento favorable. Como afirmó Patrul Rimpoché: "Practica hasta que llegues al punto en que, incluso aterrorizado por una pesadilla, sigas recordando la toma de refugio; esto implicará que también la recordarás en el estado intermedio". Igualmente, Dôgen Zenji señaló: "Dormido o despierto, recita la fórmula de refugio; incluso cuando te halles en el estado intermedio, sigue recitándola sin parar, y cuando te acerques a tus nuevos padres y te introduzcas en el útero, continúa recitándola y cuando hayas nacido, que tus primeros pensamientos sean: '¡tomo refugio en el Buda, tomo refugio en el darma, tomo refugio en la sanga!'". ■

"Por haber vivido para la felicidad de muchos, por haberles liberado del miedo y el terror, por haberles otorgado protección y refugio, el Tathagata adquirió la marca de las ruedas en las plantas de sus pies" (*Lakkhana Sutta* III.149). Huella del pie del Buda (*buddhapada*), periodo Heian, Japón (s. VIII d. C.). El contorno del pie simboliza el Buda, la rueda (centro) el darma y el *Srivatsa* (arriba) la sanga.



"El Buda dijo a los monjes: las enseñanzas que he descubierto y proclamado han de ser concienzudamente estudiadas por vosotros, han de ser practicadas, desarrolladas y cultivadas, para que esta noble vida pueda durar por largo tiempo, para beneficio y felicidad de humanos y dioses, por compasión hacia el mundo" (*Mahâparinibbâna Sutta* II.120). Jóvenes novicios del monasterio Kagyupa de Chapagaun (Nepal) (foto del autor).